

# ストレス発散にもってこい!



軽い防具をつけて対戦稽古をする豆剣士たち

ストレス発散、シェイプアップにも最適。生涯スポーツとしても認められつつある「スポーツチャンバラ」が

岸和田市総合体育館のクラブとして登場。四月三日から稽古を開始した。「スポーツチャンバラ

## スポーツチャンバラ

### 岸和田にクラブが誕生

「ラ」と聞くと「子供の頃の遊び」の印象を受けるが、本来は護身道という武道で、古武道に伝わる十手術や小太

刀道を研究して作られた「NEWスポーツ」。傘やカバン、週刊誌を丸めたものなど、身近なものを手に持って、敵から身を守る術を遊び感覚で身につけようというもの。

十三年前から泉南市で「有朋館道場」を開き、館長としてこの「スポーツチャンバラ」の普及に力を注いできた柚岡一禎さん(54)は、「剣道より気軽で、

実践的な武術なので、うちの道場では、四才から七十五才の人まで、幅広い年齢層に受け入れられています。

護身道として、いざという時の機敏性を養うことができるので、女性にも向いていると思います」とすすめる。

用具は特殊プラスチックの芯にウレタンを巻いたソフト剣(六十センチの小太刀、百センチの長剣、槍、杖、棒、短剣)で、打たれてもケガをしない安全なものを使い、防具として身につけるのはプラスチックのマスクだけ。

練習中の子供たちは「打っても打たれない」を基本にのびのびと練習し、豆剣士そのもの。「エイッ、ヤア」のかけ声で思いっきり相手を打つのは、ストレス発散にもってこいだろう。

この「スポーツチャンバラ」の岸和田総合体育館クラブの会員を

募集している。子供、大人、男女問わず誰でも参加可。四月は十七日、五月一、十五、二十九日の

木曜夜七時~八時半。問合わせはTEL38-1794(平井・夜)又はTEL83-2052有朋館道場まで。

ニュースセンター

1997年(平成9年)4月5日(土)